

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung

Herausgeber: Pro Senectute Schweiz

Band: 77 (1999)

Heft: 11

Rubrik: Medizin

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 09.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

worden, dass erhöhte Werte von Cholesterin im Blut bei Menschen häufiger vorkommen, die an Gefässkrankheiten, d.h. vor allem Herzinfarkt und Schlaganfall, erkranken. Dieser Zusammenhang ist jedoch für Männer wesentlich klarer als für Frauen und nimmt mit zunehmendem Alter auch ab. So sind sich heute die Ärzte nicht einig, ob erhöhte Cholesterin-Werte bei Menschen in Ihrem Lebensalter überhaupt behandelt werden sollten.

Noch komplizierter wird dieses Problem dadurch, dass es «gute» und «schlechte» Untergruppen des Cholesterins gibt. Gerade bei Frauen sind manchmal die schützenden Anteile des Cholesterins hoch und entsprechend die schädlichen niedrig, sodass trotz erhöhtem Gesamtwert eine Behandlung nicht notwendig ist. Außerdem ist es ein grosser Unterschied, ob nur das Cholesterin erhöht ist oder ob andere Faktoren wie vor allem Rauchen, Zuckerkrankheit, hoher Blutdruck oder familiäre Veranlagung hinzutreten.

In Ihrem Fall ist es nun so, dass Sie bereits zwei kleine Schlaganfälle bzw. Streifungen erlitten haben und somit eine Gefässerkrankung vorliegt. Für den Schlaganfall sind aber andere Faktoren wichtiger als das Cholesterin.

Dies sind besonders der hohe Blutdruck und eine spezielle Herzrhythmusstörung, das sogenannte Vorhofflimmern. Sofern diese Faktoren bei Ihnen eine Rolle spielen, sollten diese in erster Linie behandelt werden. Nur wenn sich keine anderen Risikofaktoren finden lassen, sollte Ihr Hausarzt nachsehen, welche Art von Cholesterin-Erhöhung bei Ihnen vorliegt. Vermutlich wird sich also insgesamt herausstellen, dass Sie keine Therapie benötigen. Ist eine Behandlung jedoch notwendig, so gibt es heute erfreulicherweise sehr sichere und auch für ältere Menschen verträgliche Medikamente. Eine gesunde Ernährung, bestehend aus viel Obst und Gemüse, hingegen wenig Fett, ist außerdem für alle Menschen empfehlenswert und trägt zur Normalisierung des Cholesterins bei. Besonders wichtig scheint mir aber in Ihrem Fall, dass Sie trotz Ihrer Einschränkungen so aktiv wie möglich bleiben – körperlich und geistig.

Übrigens hat man herausgefunden, dass Frauen um achtzig Jahre, die bisher keine Gefässerkrankung haben, länger leben, wenn ihr Cholesterin leicht erhöht ist. Deshalb sollten sich gesunde ältere Frauen wegen des Cholesterinspiegels nicht allzu viele Sorgen machen.

Blutdruckabfall

Morgens stehe ich (90) normal auf, wasche mich, ziehe mich an und gehe dann zum Frühstück. Damit beginnt mein Unwohlsein: Ich verspüre Brechreiz, fühle mich unwohl und unsicher und wage nicht aufzustehen. In der letzten Zeit habe ich meinen Blutdruck kontrolliert.

Sie haben sehr genau über einige Tage Ihren Blutdruck vor und nach dem Frühstück kontrolliert. Nach dem Frühstück fühlen Sie sich matt und unwohl, unsicher auf den Beinen. Diese Beschwerden können, wie Sie zu Recht vermuten, mit Ihrem Blutdruck zusammenhängen, und dafür geben die von Ihnen gemessenen Werte auch einige Anhaltspunkte. An 3 der 6 Tage, an denen Sie gemessen haben, ist der Blutdruck nach dem Frühstück um mehr als 30 mmHg tiefer als zuvor, in einem Falle sogar fast 60 mmHg. Ein solcher Blutdruckabfall wird nach dem Essen nicht selten beobachtet. Gleichzeitig steigt Ihr Puls ein wenig, aber nur geringfügig an. Damit liegt es nahe, davon auszugehen, dass bei Ihnen eine Störung der Blutdruckregulation vorliegt, zumal vermutlich alle diese Werte im Sitzen ermittelt wurden. Höchstwahrscheinlich wäre der Blutdruckabfall im Stehen noch deutlich stärker ausgefallen und damit liegt es nahe, ihn für Ihre Beschwerden verantwortlich zu machen.

Um zu überprüfen, ob wirklich ein deutlicher Blutdruckabfall Ihre Beschwerden erklärt, würde ich die betreuende Krankenschwester bitten, Ihren Blutdruck und Puls im Liegen und gleich darauf im Stehen nach 1, 2 und 5 Minuten zu messen. Aus den Veränderungen von Puls und Blutdruck bei diesen Bedingungen lässt sich meist das Vorliegen von

starken Blutdruckabfällen beweisen.

Um Ihnen jetzt zu raten, wie diesem Übel begegnet werden kann, wäre es wichtig zu wissen, ob und welche Medikamente Sie einnehmen, speziell auch Medikamente zum Frühstück. Sollten blutdrucksenkende oder wasserreibende Medikamente darunter sein, müssten diese eventuell abgesetzt oder zu einer anderen Tageszeit genommen werden (immerhin sind einige der von Ihnen angegebenen Messwerte doch erhöht, sodass Sie sicherlich gelegentlich auch zu hohen Blutdruck haben). Das von Ihnen eingenommene Frühstück scheint mir nach Art und Umfang ausgewogen, sodass ich nicht glaube, dass Ihre Beschwerden von der Menüwahl abhängen. Sicherlich aber sollten Sie die Mahlzeit am Morgen sehr klein halten, um die Blutverschiebung in den Verdauungsapparat, die nach dem Essen normalerweise eintritt, so gering wie möglich zu halten. Essen Sie lieber zwei Stunden später ein Znüni oder ein zweites Frühstück.

Empfehlenswert in dieser Situation ist auch eine Erhöhung der Kochsalzzufuhr. Diese können Sie sehr einfach dadurch erreichen, dass Sie 1–2 Tassen Bouillon am Tag zusätzlich trinken, am besten am Vormittag. Manchen Patienten hilft auch das Schlafen mit erhöhtem Oberkörper, sodass sich der Körper auch in der Nacht nicht an die völlige Flachlage gewöhnen kann und das Aufstehen besser verkraftet.

Sind Medikamente als Ursache der Blutdruckschwankungen nicht im Spiel, so gibt es verschiedene allgemeine und medikamentöse Massnahmen, die den Blutdruck stabilisieren helfen. An allgemeinen Massnahmen kann

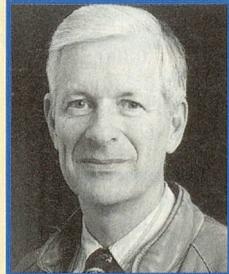
... lustlos ...
... traurig ...
... bekümmert ...
... freudlos ...
... deprimiert ...

www.depression.ch
... oder fragen Sie Ihre Aerzti / Ihren Arzt

ich insbesondere das Tragen von Venenstrümpfen nennen, das ein starkes Absacken des Blutes in die Beine beim Aufstehen verhindert. Allerdings spielt bei Ihren Beschwerden wahrscheinlich auch die Umstellung des Körpers auf die Verdauungsarbeit infolge der Mahlzeit eine Rolle, die ohnehin mit einer gewissen Blutdrucksenkung verbunden ist. Welche medikamentösen Massnahmen in Ihrem Falle in Frage kommen, um den Blutdruck zu stabilisieren, müsste mit Ihrem Hausarzt besprochen werden. Nicht jedes der dazu verwendbaren Medikamente ist für jeden Patienten geeignet.

Dr. med. Matthias Frank

Versicherungen



Dr. Hansruedi Berger

Den Markennamen verscherbelt

Ich bin von der Generali Schweiz für eine Reiseversicherung mit der Bezeichnung «Le Compagnon» angeschrieben worden. Die Jahresprämie von 252 Franken für eine Familienpolice scheint mir etwas hoch, doch habe ich keine Vergleichsmöglichkeiten.

Der Preis ist tatsächlich hoch. Bei der «Zürich» zum Beispiel können Sie für 57 Franken weniger ein ähnliches Produkt, aber mit einer um die

Hälften höheren Annulationskostendeckung kaufen. Zudem liegen hier noch Rabatte bis zu 30 Prozent drin. Sie würden also bei der Generali zu viel zahlen.

Teurer als die Konkurrenz zu sein rechtfertigt noch keine Kritik. Wohl aber die Tatsache, dass «Le Compagnon» unter dem Markennamen Secura vertrieben und den angeschriebenen Leuten damit suggeriert wird, dass hier gute Qualität günstig zu haben ist. Möglich geworden ist diese Verpackung, weil die Migros ihre vor 40 Jahren gegründete Versicherungsgesellschaft diesen Frühling an den italienischen Grosskonzern verkauft und gleichzeitig auch das Recht am Markennamen Secura abgetreten hat.

Dieser Verzicht könnte den Migros-Managern noch einmal leid tun, wie Ihr Fall zeigt. Die Secura ist nämlich seinerzeit von Migros-Gründer Gottlieb Duttweiler mit dem Ziel gegründet worden, dem – seither aufgehobenen – Schweizer Versicherungskartell mit tiefen Prämien zuzusetzen. Stets war sie für knapp kalkulierte Produkte bekannt. Von «Le Compagnon» lässt sich dies wohl kaum behaupten.

Mit dem Verkauf der Secura werden die rund 333 000 Kundendossiers am Jahresende zur Generali transferiert. Hierzulande haben die Versicherungsnehmer leider keine Möglichkeit, sich einem solchen Zwangstransfer zu entziehen, es sei denn unter Inkaufnahme hoher Rückkaufsverluste. Dieser fehlende Schutz könnte für die bisherigen 61 000 Kunden, die bei der Secura eine Lebensversicherung haben, noch einmal zum Ärgernis werden. Die Migros-Tochter hat in den letzten Jahren bei ihren Kunden durch die strikte Einhaltung von Über-

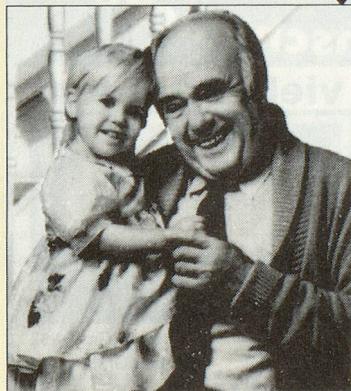
schussprognosen viel Vertrauen gewonnen. Von der Fortuna-Leben – auf diese Tochter von Generali Schweiz werden am 31. Dezember alle Lebens-Policen der Secura übertragen – bezeugen entsprechende Markttests eher das Gegenteil. Die Gesellschaft fällt in diesen Erhebungen durch vergleichsweise tiefe Überschussprognosen zu Versicherungsbeginn auf, die zudem bis zum Ablauf der Police nochmals erheblich gekürzt wurden. Es scheint, als würden hier die Interessen der Aktionäre weit stärker gewichtet als jene der Kunden.

Ob diese wenig kundenfreundliche Überschussstrategie künftig auch auf die transferierten Versicherungsnehmer angewendet wird, bleibt abzuwarten. Conrad Gähler, Chefmathematiker von Generali Schweiz, betont, dass man die übernommenen Se-

cura-Kunden nicht vergraulen wolle. Immerhin tun diese gut daran, sich künftig die jährlich gutgeschriebenen Überschusszuweisungen schriftlich von der Generali bestätigen zu lassen und mit den seinerzeit von der Secura bei Vertragsbeginn gemachten Prognosen zu vergleichen. Bei markanten Abstrichen sollte man nicht zögern, sich unverzüglich beim Migros-Genossenschafts-Bund zu beschweren. Obwohl dieser durch den Verkauf die faktische Verantwortung abgegeben hat, besteht für ihn die moralische Pflicht, weiterhin die Interessen der früheren Kunden wahrzunehmen. Dies dürfte ihm umso leichter fallen, als er ja bei der Schweizer Holding der Generali mit 10 Prozent am Aktienkapital beteiligt sein wird.

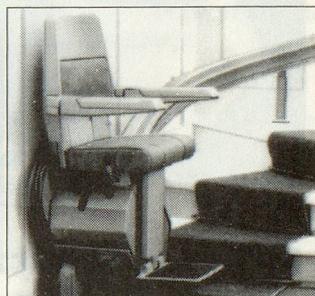
Dr. Hansruedi Berger

Ein Treppenlift... damit wir es bequemer haben! «Wir warteten viel zu lange»



sofort Auskunft
01 / 920 05 04

- für Jahrzehnte
- passt praktisch auf jede Treppe
- in einem Tag montiert



Bitte senden Sie mir Unterlagen
Ich möchte einen Kostenvoranschlag

Name/Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____ ZL.Nov.99

Die Spezialisten für
Treppenläufe
innen und aussen

HERAG AG

Tramstrasse 46
8707 Uetikon a/See